

# Tóbaksneysla og notkun íþróttaskinna hjá íshökkíleikmönnum á Íslandi

FLOSRÚN VAKA JÓHANNESDÓTTIR, ELLEN FLOSADÓTTIR  
TANNLÆKNADEILD HÁSKÓLA ÍSLANDS, TANNLÆKNABLAÐIÐ 2016; 34: 26-33

## ÁGRIP

**Tilgangur:** Tilgangur rannsóknarinnar var annars vegar að kanna tóbaksneyslu íshökkíleikmanna á Íslandi og hins vegar að skoða notkun íþróttaskinna meðal sama hóps.

Leitað var svara við rannsóknarspurningunum; Hversu algeng er munntóbaksneysla íshökkíleikmanna á Íslandi og hversu algeng er notkun íþróttaskinna á meðal íshökkíleikmanna á Íslandi?

Leitast var við að fá samanburðarmat á tóbaksneyslu íshökkíleikmanna á Íslandi við leikmenn annarra hópíþróttahérlendis og erlendis. Einnig var notkun íþróttaskinna könnuð til að átta sig á hvort að þær séu notaðar sem fyrirbyggjandi vörn gegn slysum á tönnum við iðkun íshökkígreinarinnar.

**Efniviður og aðferðir:** Gögnum var safnað með spurningalista sem samanstóð af 27 spurningum, en rannsakandinn fór með listann á íshökkíæfingar nokkurra liða og lagði fyrir leikmenn. Þeim leikmönnum sem mættu á æfingu þann daginn var boðið að taka þátt í rannsókninni.

Við rannsóknina var notuð megindleg aðferðafræði þar sem notast var við töluleg gögn til að skoða viðhorf og hegðunarmynstur. Niðurstöður rannsóknarinnar eru settar fram í texta, töflum og á myndrænan hátt.

**Niðurstöður:** Af þeim 148 sem boðið var að svara spurningakönnuninni voru 146 sem svöruðu og var því svarhlutfallið 98,6%. Helstu niðurstöður rannsóknarinnar sýna að 36% þátttakenda neyta tóbaks að staðaldri og einungis 27% þátttakenda nota íþróttaskinnur við iðkun íshökkígreinarinnar.

**Ályktun:** Ef marka má niðurstöður má álykta að tæp 40% íshökkíleikmanna, bæði karlar og konur, á meistaraflokksstigi, neyti tóbaks. Flestir neyta munntóbaks og það í miklum mæli. Notkun íþróttaskinnu er frekar óalgeng á meðal íshökkíleikmanna á Íslandi.

Lykilorð: Tóbaksneysla, íþróttaskinna, íshökkí, Ísland  
ef@hi.is

## Inngangur

Þekkt er að reykingar og íþróttaiðkun afreksfólks á toppnum eiga ekki samleið. Í rannsókn Marclay og Saugy<sup>1</sup> var skoðað nikótín magn í þvagi íshökkileikmanna á heimsmeistaramóti árið 2009. Rannsóknin sýndi að nikótínneysla er mjög algeng meðal íshökkí iðkenda. Í átta af hverjum tíu þvagsýnum sem tekin voru fundust leifar sem staðfestu að viðkomandi hafði neytt nikótíns síðastliðna þrjá sólarhringa. Tíðni nikótínneyslu í formi reykinga eða reyklauss tóbaks fyrir eða á meðan leikjum stóð gaf til kynna að helmingur íshökkileikmannanna voru virkir neytendur. Þessar niðurstöður gefa okkur skýr skilaboð að um mikla neyslu nikótíns sé að ræða innan íshökkí íþróttarinnar og að mikilvægt sé að rannsaka þetta efni.

Ekki hafa áður verið gerðar rannsóknir á tóbaksnotkun íshökkileikmanna á Íslandi. Í rannsókn frá 2010 kom fram að munntóbaksnotkun væri ekki algeng á meðal íslenskra körfuknattleiksmanna<sup>2</sup> en hún var algengari hjá íslenskum knattspyrnuleikmönnum í rannsókn frá 2001.<sup>3</sup> Þessar tvær niðurstöður eru samhljóma niðurstöðum Martinsen og Sundgot-Borgen<sup>4</sup> um að tegund íþróttagreina og menning innan þeirra hafi áhrif á munntóbaksneyslu leikmanna. Þar kom í ljós að tengsl væru á milli hópíþróttar og munntóbaksnotkunar rétt eins og fram kom í rannsókn Davis et al.<sup>5</sup> Munntóbaksnotkun var mun algengari hjá þátttakendum í hópíþróttum en í einstaklingsíþróttum eða 21,3% á móti 9,5%. Niðurstöðurnar á munntóbaksnotkun voru mjög svipaðar á milli kynja í hópíþróttum.

Flestum íþróttum fylgir ákveðin slyshætta. Næstum því þriðjungur tannáverka er vegna íþróttaiðkunar.<sup>6,7</sup> Þar sem íshökkí er ein af hröðustu snertiíþróttum í heiminum fylgja henni margar reglur um öryggis- og hlífðarbúnað til þess að minnka slyshættu.

Eins og fram kemur í reglubók Alþjóða íshökkí-sambandsins (IIHF) 2014-2018 eru íshökkileikmenn bæði karlar og konur skyldug að nota íshökkíhjálmar undir öllum kringumstæðum á meðan á leik stendur.<sup>8</sup> Íshökkíhjálmar eru þannig útbúnir að hægt er að festa á þá andlits-hlíf til varnar andlitinu. Tvennskonar hlífar eru til, grind og hálf gler.

Samkvæmt reglubók IIHF eiga eftirfarandi reglur við um leikmenn:

- Karlkyns íshökkileikmenn fæddir eftir 31. desember árið 1974 eiga að notast við að minnsta kosti hálf gler.
- Allir kvenkyns íshökkileikmenn eiga að að nota grind á hjálmum sínum.
- Allir leikmenn 18 ára og yngri eiga að nota grind sem hleypir hvorki pökki né kylfublaði í gegnum sig.
- Allir leikmenn 20 ára og yngri eiga að nota íþróttaskinnu.

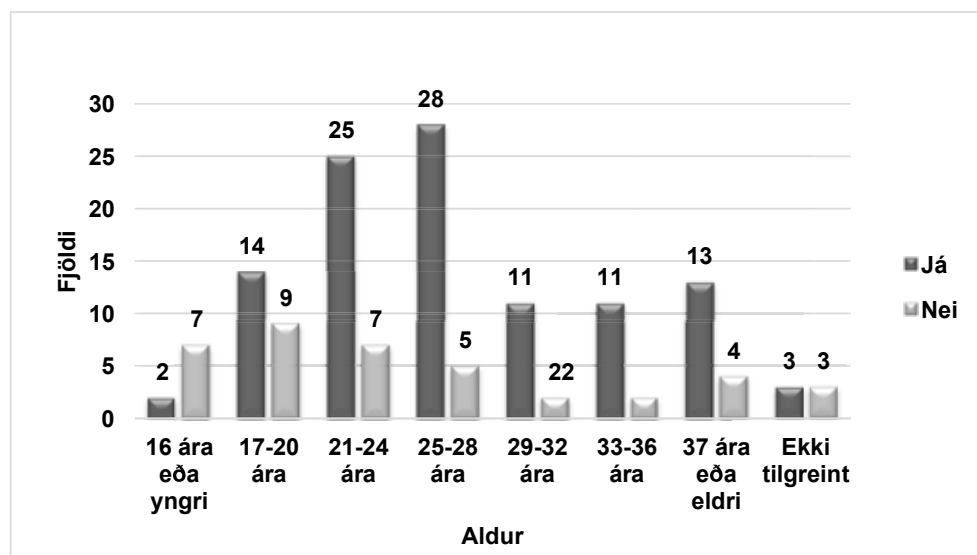
Rannsóknir hafa sýnt að notkun íþróttaskinnu getur haft þýðingamikil áhrif á lækkun á tíðni og alvarleika slysa á tönnum í íþróttum.<sup>9</sup> Íþróttaskinna virkar eins og höggdeyfir með því að halda mjúkvefjum munnsins frá tönnum. Skinnan tekur á móti kraftinum og dreifir honum á allar tennurnar svo krafturinn lendi ekki bara á einni tönn. Skinnan kemur í veg fyrir að tennur efri og neðri góms lendi í samstuði og brjóti hvor aðra. Þar sem kjálkaliðurinn er frekar sveigjanlegur skaðar ekki að nota íþróttaskinnu þar sem hún veitir kjálkanum aukinn stuðning við átök.<sup>10</sup>

## Efniviður og aðferðir

Í rannsókninni var beitt megindlegri aðferðafræði. Notast var við spurningalista til að skoða viðhorf og hegðunarmynstur.

Úrtakið var ekki valið af handahófi þar sem aðeins fjögur skautafélög á landinu stunda íshökkí. Sendur var tölvupóstur á stjórn og þjálfara meistaraflokks beggja kynja hjá þessum fjórum liðum ásamt „Old boys“ flokkum allra liðanna. Beðið var um heimild til heimsóknar á æfingu til þess að leggja spurningalistann fyrir leikmenn. Í tölvupóstinum kom fram að ekki væri hægt að rekja svör til þátttakenda né félagsliða. Einnig var send tilkynning á netföng forráðamanna þeirra leikmanna sem ekki höfðu náð 18 ára aldri og þeim gert kleift að neita þátttöku barna sinna í könnuninni.

Áður en spurningalistinn var lagður fyrir liðin var hann prófaður á úrtaki íshökkí leikmanna til þess að kanna hvort spurningarnar væru auðlesanlegar til að koma í veg fyrir misskilning eða mistúlkun.



Mynd 1. Aldursdreifing þeirra sem hafa prófað tóbak.

Rannsakandinn fór sjálfur á æfingar hjá liðunum með spurningalistana og lagði þá fyrir leikmenn til að tryggja sem besta þátttöku. Spurningalistinn var gerður eins skýr og hnitmiðaður og hægt var til að koma í veg fyrir að þátttakendur misskildu spurningarnar. Þegar leikmenn höfðu svarað listunum var þeim safnað saman og þeir settir í umslag og því lokað. Aðeins þeir leikmenn sem mættu á þessa tilteknu æfingu er listinn var lagður fyrir svöruðu spurningalistanum. Þeir sem ekki mættu á þessa tilteknu æfingu svöruðu ekki spurningunum.

Spurningalistinn samanstóð af 27 spurningum með mismörgum svarmöguleikum. Sumum spurningum var hægt að svara með fleiri en einum svarmöguleika. Nokkrar spurningar höfðu einn opinn svarmöguleika þar sem þátttakendur gátu tjáð sig skriflega.

Listanum var skipt í tvo hluta, fyrri hlutinn snerist um notkun tóbaksvara; þar voru spurningar fyrir þá sem hafa prófað tóbak, spurningar fyrir þá sem nota tóbak að staðaldri eða hafa gert áður og eru hættir, og forvarnar-spurningar varðandi tóbaksneyslu. Seinni hlutinn innihélt spurningar um notkun öryggisbúnaðar við íshokki iðkun; notkun á íþróttaskinninum og öryggisbúnaði á íshokkihjálum.

Spurningalistinn var gerður eins skýr og hnitmiðaður og hægt var.

Við úrvinnslu spurningalistans var notast við Microsoft Excel við tölfræðilega útreikninga og framsetningu mynda.

## Niðurstöður

Skautafélögin svöruðu öll tölvupóstinum og tóku vel í þátttökuna. Samkvæmt upplýsingum frá skautafélögunum fjórum voru 137 karlar og 50 konur skráð í meistaraflokk og „Old boys“ flokka liðanna. Fjöldi leikmanna í úrtakinu var því 187.

Á æfingarnar þar sem spurningalistinn var lagður fram mættu 148 leikmenn, einungis tveir karlar höfnuðu þátttöku og enginn forráðamaður neitaði barninu sínu um þátttöku í rannsókninni þannig að 146 leikmenn svöruðu listunum. Svarhlutfallið var því 98,6%.

Af þátttakendunum 146 voru 49 konur (34%) og 97 karlar (66%). 104 (71%) þátttakendur voru búsettir í Reykjavík og nágrenni og 42 (29%) á Akureyri og

Tafla 1. Aldursdreifing og kyn þátttakenda í rannsókninni.

Aldur	Kk	Kvk	Fjöldi	Hlutfall %
16 ára eða yngri	3	6	9	6%
17-20 ára	16	7	23	16%
21-24 ára	20	12	32	22%
25-28 ára	23	10	33	23%
29-32 ára	9	4	13	9%
33-36 ára	7	6	13	9%
37 ára eða eldri	16	1	17	12%
Ekki tilgreint	5	1	6	4%
Alls	99	47	146	100%

Tafla 2. Menntunarstig þátttakenda í rannsókninni.

	16 ára og yngri	17-20 ára	21-24 ára	25-28 ára	29-32 ára	33-36 ára	37 ára og eldri	Ekki tilgreint	Alls
Grunnskólapróf	9	19	12	1	2	2	1	1	47
Stúdentspróf		2	15	17	1		1		36
Háskólapróf			3	8	4	11	10		36
Iðnnám			1	3	5		4		13
Annað		2	1	4	1		1		9
Ekki tilgreint								5	5
Samtals	9	23	32	33	13	13	17	6	146

Tafla 3. Ástæður sem þátttakendur gáfu fyrir tóbaksneyslu.

	Reykingar*	Neftóbak	Munntóbak
Ég var forvitin/n	50	36	46
Mig langaði	43	47	44
Pressa frá vinahópi	8	8	14
Pressa frá liðsfélögum	0	2	5
Fyrirmyndin mín notar þessa gerð af tóbaki	5	6	4
Ég tengi tóbaksnotkun við íshokkiðkun	1	3	6
Ég hætti nef/munntóbaki og byrjaði að reykja	2		
Ég hætti að reykja og byrjaði að nota neftóbak		1	
Ég hætti að reykja og byrjaði að nota munntóbak			8
Annað	8	4	1
Hef ekki prófað	14	21	15

\*sígarettur, rafsígarettur og vindlar

nágrenni. Í Reykjavík var kynjaskiptingin 71% karlar og 29% konur, og á Akureyri 55% karla og 45% konur. Flestir þátttakendur voru á aldrinum 21-28 ára eins og fram kemur í Töflu 1. Menntun þátttakenda er í Töflu 2.

### Tóbaksneysla:

107 (73%) þátttakendur sögðust hafa prófað tóbak en 39 (27%) svöruðu spurningunni neitandi. Þátttakendur (n=107) voru beðnir að svara hvaða tóbakstegund þeir hefðu notað, en hægt var að merkja við fleiri en eina tegund. 91 þátttakandi (85%) sagðist hafa notað munntóbak, 81 (76%) neftóbak, 80 (75%) sigarettur, 60 (56%) vindla og 37 (35%) rafsígarettur.

Mynd 1 sýnir hversu margir hafa prófað tóbak í hverjum aldursflokki fyrir sig.

Þátttakendur (n=107) voru spurðir út í það hvað fékk þá til að prófa að nota tóbak. Svara mátti fleiri en einum valmöguleika fyrir hverja gerð tóbaks. Svörin eru í Töflu 3:

Spurt var hvort viðkomandi notaði tóbak daglega þegar rannsóknin fór fram (n=146), 52 (36%) þátttakendur svöruðu spurningunni játandi en 94 (64%) neytandi. Þegar litið er til ólíkra sveitarfélaga notuðu 38% þátttakenda sem búsettir voru á Reykjavíkursvæðinu tóbak og 31% þeirra sem búsettir voru á Akureyrarsvæðinu.

Af þeim 52 sem sögðust nota tóbak daglega sögðust 43(83%) neyta munntóbaks daglega, 19 (37%) sögðust reykja daglega og 14 (27%) nota neftóbak daglega. 33 (63%) þátttakendur sögðust nota eina tóbakstegund daglega, 15 (29%) sögðust nota tvær tegundir daglega og fjórir (8%) sögðust nota allar þrjár tegundirnar daglega.

Myndir 3 og 4 sýna hversu oft á dag þátttakendur sögðust nota tóbak.

Mynd 5 sýnir hvaða ástæður þátttakendur töldu valda aukinni nef- og munntóbaksneyslu hjá sér. 47 þátttakendur svöruðu spurningunni en svara mátti með fleiri en

einum svarmöguleika. 23 svöruðu varðandi neftóbak og 42 varðandi munntóbak.

Þátttakendur voru spurðir hvaða tóbak þeir notuðu sem munntóbak. 14 þátttakendur (27%) sögðust nota munntóbak, 23 (44%) sögðust nota neftóbak og 15 (29%) sögðust nota hvoru tveggja. Enginn sagðist nota annað en munntóbak eða nef-tóbak í vörina.

Mynd 6 sýnir samband tóbaksneyslu og menntunar þátttakenda. 42% þeirra sem lokið hafa grunn-skólamenntun, 56% þeirra sem lokið hafa iðnnámi, 44% þeirra sem lokið hafa stúdentsprófi, 17% þeirra sem lokið hafa háskólanámi og 30% þeirra sem svöruðu annað sögðust neyta tóbaks. Þeir fjórir sem ekki tilgreindu menntun sína sögðust ekki nota tóbak.

Þátttakendur voru spurðir hvort þeir teldu að munur væri á skaðsemi ólíkra tóbakstegunda. Langflestir eða 59% álitu allt tóbak jafnskaðlegt heilsunni, 25% álitu munntóbak vera minnst skaðlegt, 12% álitu neftóbak vera minnst skaðlegt og 2% álitu reykingar vera minnst skaðlegar. 2% þátttakenda svaraði ekki spurningunni.

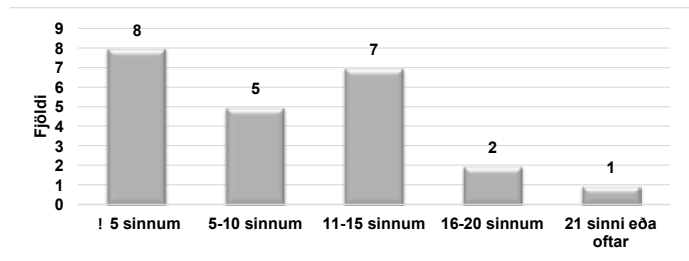
### Öryggisbúnaður:

Af 146 þátttakendunum sögðust 68 (47%) nota hálf t gler, 72 (49%) hafa grind á hjálminum sínum og sex (4%) nota hvorugt. Alls 39 (27%) þátttakendur sögðust nota íþróttaskinnu við íshokkiðkun en 107 (73%) þátttakendur svöruðu spurningunni neitandi. Af þeim sem sögðust nota íþróttaskinnu við íshokkiðkun voru 35 karlar (36%) og fjórar konur (8%).

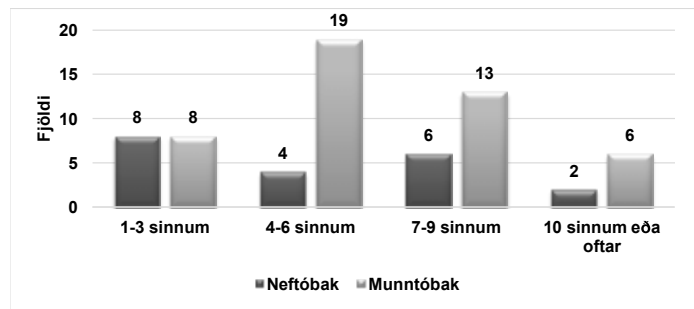
Mynd 7 sýnir sambandið á milli þess hvaða búnað þátttakendur hafa á hjálminum sínu og hvort þeir noti íþróttaskinnu. Níu prósent þeirra sem nota grind og 49% þeirra sem nota hálf t gler sögðust líka nota íþróttaskinnu. Þeir sex þátttakendur sem nota hvorki grind né hálf t gler sögðust heldur ekki nota íþróttaskinnu.

### Umræða

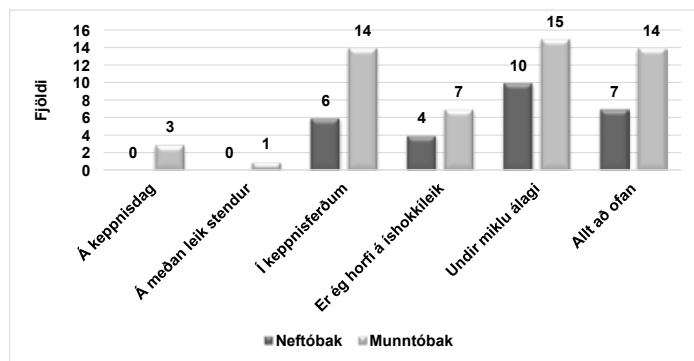
Í þessari rannsókn var svörun við spurningalistanum mjög góð og svarhlutfallið hátt eða 98,6%. Það kom á óvart hversu góð svörunin var því spurningalistinn var eingöngu tiltækur þessa einu æfingu sem rannsakandinn mætti á. Spurningalistinn var lagður fyrir nokkra íshökkileikmenn áður en rannsóknin fór fram,



Mynd 3. Tíðni á daglegri neyslu þátttakenda á reyktróbaki.



Mynd 4. Tíðni á daglegri neyslu þátttakenda á reyklausu tóbaki.



Mynd 5. Hvenær eykst nef- og munntóbaksneysla þátttakenda mest?

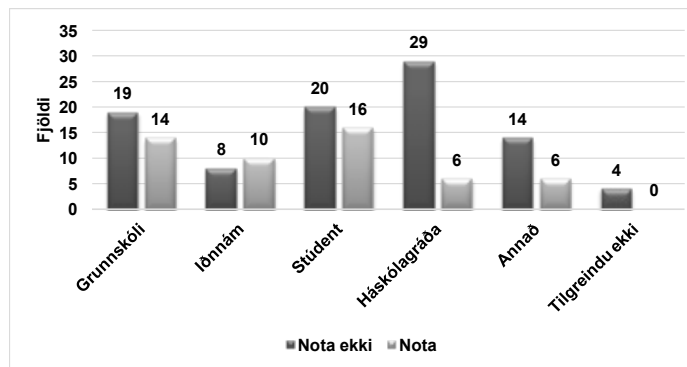
spurningalistinn þótti vel skiljanlegur þannig að ekki reyndist þörf á að breyta honum.

Lykilatriðið í þessari góðu svörun gæti legið í því að rannsakandinn mætti sjálfur á staðinn og lagði listann fyrir leikmennina í staðin fyrir að senda tölvupóst.

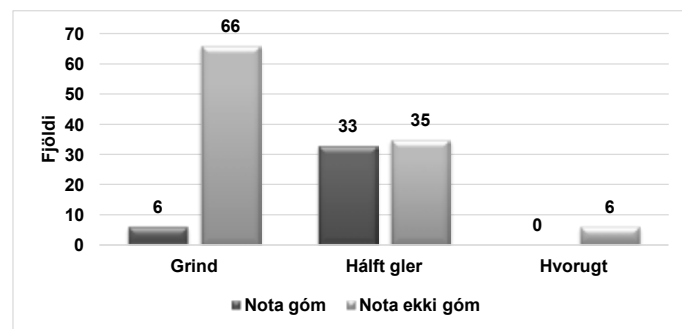
Á hinn bóginn er mögulegt að þátttakendur hafi ekki tekið sér nægan tíma eða lesið spurningakönnunina nægilega vel þar sem listinn var lagður fyrir leikmenn 30-60 mín fyrir æfingu og hugurinn þá bundinn við annað.

Kynjahlutfall á meðal skráðra íshökkileikmanna þessara flokka var heldur ójafnt eða 137 (73%) karlar og 50 (27%) konur.

Þegar skoðað er eftir kyni hvort þátttakendur hafi prófað tóbak þá hafa 78% karla prófað tóbak og 63% kvenna.



Mynd 6. Samband menntunar þátttakenda og notkun tóbaks.



Mynd 7. Samband á milli búnaðs á íshökkíhjálmni þátttakenda og hvort þeir noti íþróttaskinnu.

Áhugavert er að bera saman hlutföllin við íslenska rannsókn sem gerð var á körfuboltaleikmönnum.<sup>2</sup> Þar kom fram að 84% karla höfðu prófað tóbak á móti 52% kvenna. Karlar voru því hærri prósentan í báðum tilvikum, en hlutfallslega fleiri konur höfðu prófað tóbak í íshökkígreininni.

Niðurstöður rannsóknarinnar sýndi að flestir höfðu prófað munntóbak en ekki sígarettur og líklegt er að þátttakendur telji munntóbak ekki jafn skaðlegt og sígarettur. Einnig getur haft áhrif að leikmenn geta notað munntóbak meðan þeir stunda íþróttina ólíkt sígarettum.

Þegar neysluhlutföllin á munntóbaki og nef-tóbaki eru borin saman við rannsóknir í körfubolta<sup>2</sup> og knattspyrnu<sup>3</sup> þá er munntóbaksneysla íshökkíleikmanna hæst af þessum þremur greinum. 85% íshökkíleikmanna höfðu prófað munntóbak á móti 69% körfuboltaleikmanna og 76% knattspyrnumanna. Neftóbaksneysla er svipuð hjá íþróttagreinunum þremur 76% íshökkíleikmanna og 79% körfubolta og knattspyrnumanna sögðust hafa prófað nef-tóbak.

Þegar þátttakendur voru spurðir hvað það var sem fékk þá til að prófa tóbak þá svöruðu flestir að þeir hafi verið forvitnir og langað til að prófa. Það var hins vegar áhugavert að sjá

hvað það voru fáir sem tengdu ástæðuna því að þeir hafi prófað munntóbak vegna tengingar við íshökkí (Tafla 3).

Flestir sem neyta tóbaks neyta þess daglega og í miklu magni. Af þeim 52 sem nota tóbak eru 83% sem nota munntóbak, 37% reykja og 27% nota nef-tóbak daglega. Varðandi aukningu á neyslu nef- og munntóbaks undir mismunandi kringumstæðum þá voru flestir sem svöruðu því að mikið álag yki neysluna.

Þátttakendur voru spurðir hvaða tóbak þeir noti þegar þeir taki í vörina. 44% nota nef-tóbak, 27% nota munntóbak og 29% segjast nota hvorutveggja. Í rannsókn Capacent frá 2010 um munntóbaks-notkun<sup>11</sup> sögðust innan við 5% nota innflutt munntóbak, 79% íslenskt nef-tóbak og 16% hvorutveggja. Það er áhugavert að skoða þessar niðurstöður í ljósi þess að sala á munntóbaki er ólögleg á Íslandi. Þátttakendur viðhalda neyslunni með því nota íslenskt nef-tóbak í stað munntóbaks. Í niðurstöðum beggja rannsókna segjast flestir nota íslenskt nef-tóbak í vörina. Stærri hluti íshökkíleikmanna notar innflutt munntóbak en þeir eiga hugsanlega auðveldara með að nálgast það þar sem Capacent rannsóknin var gerð á meðal ungmenna 16-23 ára.

Áhugavert var að skoða hvort tenging væri á milli tóbaksneyslu og menntunar. 83% háskólamenntaðra þátttakenda voru tóbakslausir. Hlutföll þeirra sem sögðust hafa grunnskólapróf eða stúdentspróf voru nokkuð jöfn þar sem rúmlega helmingur notar ekki tóbak en meira en helmingur þeirra (56%) sem lokið höfðu iðnnámi sögðust nota tóbak. Álykta má að háskólamenntuðu þátttakendurnir séu fróðari um hversu slæm tóbaksneysla er fyrir líkama og sál. Með það í huga að háskólagráða er hæsta menntunarsstigð má leiða að því líkum að þeir þátttakendur séu líklegri til að lesa fræðsluefni en aðrir.

Ekki var mikill munur á tóbaksneyslu þegar tekið var tillit til búsetu. Tóbaksneytendur í Reykjavík og nágrenni voru 38% á móti 31% á Akureyri og nágrenni.

Niðurstöður rannsóknarinnar sýna að rúmlega þriðjungur (36%) íshökkíleikmanna á Íslandi notar tóbak reglulega og telst það frekar hátt hlutfall miðað við meistaraflokk þar sem þessir flokkar eiga að vera fyrirmyndir yngri leikmanna. Munntóbak er mest notað meðal þeirra sem neyta tóbaks daglega, þar á eftir komu sígarettur og nef-tóbak.

Notkun íþróttaskinna hjá íshökkíleikmönnum á



Íslandi er ekki algeng. Rannsóknin sýndi að 49% þeirra karla sem nota hálf gler nota íþróttaskinnu og einungis 2% þeirra sem leika með grind, en þeir eru væntanlega undir 20 ára og því skyldugir til að nota grind og skinnu. 92% kvenna nota ekki íþróttaskinnu líklega því þær eru allar skyldugar að nota grind. Þau 8% kvenna sem nota íþróttaskinnur eru líklega undir aldri líkt og 2% strákanna og því skyldugar að nota bæði grind og skinnur samkvæmt reglum IIHF (2014).

Sex prósent karla sem sögðust hvorki nota skinnu, gler né grind eru væntanlega nokkrir af síðustu leikmönnum íshökkígreinarinnar sem eru fæddir fyrir 1975 og þar af leiðandi ekki skyldugir til að hafa neitt á hjálmum sínum. Höfundur ályktar að leikmenn séu líklega ekki nógu fróðir um hversu hættulegt og kostnaðarsamt það getur verið að spila með hálf gler og enga íþróttaskinnu.

## Samantekt

Í ljós kom að tóbaksneysla er mjög algeng á meðal íshökkíleikmanna á Íslandi og reyndist munntóbaksneysla vera þar fremst í fararbroddi. Notkun íþróttaskinna var óalgeng. Minna en helmingur þeirra leikmanna sem nota hálf gler eða ekkert á hjálmi sínum nota ekki íþróttaskinnu við iðkun íshökkís.

Með hliðsjón af þeim upplýsingum sem komu fram í rannsókninni er ljóst að forvarnarstarf er ekki nægjanlegt í kringum íshökkígreinina hvað tóbaksneyslu varðar. Margir segja að það sé góð forvörn þegar börn og ungmenni stunda íþróttir en það þarf ekki að eiga við allar greinar. Í rannsókn sem gerð var á íslenskum nemendum í 8. 9. og 10. bekk í grunnskólum 2008 kom fram að regluleg íþróttaiðkun hefur ekki nærri því jafn sterk forvarnaráhrif á neyslu munntóbaks og forvarnir hafa á áfengi og reykingar.<sup>12</sup> Það þyrfti að taka hverja íþróttagrein fyrir sig og gera samanburðarherferð á tóbaksvörum til þess að fræða ungt íþróttafólk, sem er framtíðin okkar, um það hversu óholl neysla sé fyrir líkamann af öllum gerðum tóbaksvara.

**Við fjármögnum flest milli himins og jarðar**



Suðurlandsbraut 14 > sími 440 4400 > [www.ergo.is](http://www.ergo.is) > [ergo@ergo.is](mailto:ergo@ergo.is)

**ergo**

## Heimildir

1. Marclay F, Saugy M. Determination of nicotine and nicotine metabolites in urine by hydrophilic interaction chromatography–tandem mass spectrometry: Potential use of smokeless tobacco products by ice hockey players. *J of Chromatogr A* ; 2010; 1217(48), 7528-38.
2. Þórðardóttir ER, Þórsdóttir ED. Tóbaksneysla körfuknattleiksmanna í tveim efstu deildum karla og kvenna á Íslandi. A thesis. University of Iceland, 2010.
3. Harðardóttir M, Þórðarson SI. Nef- og munntóbaksnotkun innan efstu deildar karla í knattspyrnu sumarið 2000. A thesis. University of Education, 2001.
4. Martinsen M, Sundgot-Borgen J. Adolescent elite athletes' cigarette smoking, use of snus, and alcohol. *Scandinavian J Med Sci Sports*; 2012; 24(2), 439-46.
5. Davis TC, Arnold C, Nandy I et al. Tobacco use among male high school athletes. *J Adolesc Health*; 1997; 21(2), 97–101.
6. Lephart SM, Fu FH. Emergency treatment of athletic injuries. *Dent Clin North Am*; 1991; 35(4), 707-17.
7. Borssén E, Holm AK. Traumatic dental injuries in a cohort of 16-years-olds in northern Sweden. *Endod Dent Traumatol*; 1997; 13(6), 276-80.
8. International Ice Hockey Federation. (2014). IIHF Official Rule book 2014-2018. Sótt 20. apríl 2015 af [http://www.iihf.com/fileadmin/user\\_upload/PDF/Sport/IIHF\\_Official\\_Rule\\_Book\\_2014-18\\_Web\\_V5.pdf](http://www.iihf.com/fileadmin/user_upload/PDF/Sport/IIHF_Official_Rule_Book_2014-18_Web_V5.pdf)
9. Dhillon BS, Sood N, Sood N, Sah N, Arora D, Mahendra A. Guarding the Precious Smile: Incidence and Prevention of Injury in Sports: A Review. *J Int Oral Health*; 2014; 6(4), 104-107.
10. Mantri SS, Mantri SP, Deogade S, Bhasin AS. Intra-oral Mouth-Guard In Sport Related Oro-Facial Injuries: Prevention is Better Than Cure! *Journal of Clinical and Diagnostic Research*; 2014; 8(1), 299-302.
11. Capacent. Notkun munntóbaks á meðal ungmenna 2010 [Skýrsla]. Reykjavík: Lýðheilsustöð; 2010.
12. Árnason H. Forvarnargildi í íþróttum og munntóbak. A thesis. University of Iceland, 2011

## English Summary

# Tobacco and mouth guard usage amongst ice hockey players in Iceland

FLOSÚN VAKA JÓHANNESDÓTTIR, ELLEN FLOSADÓTTIR  
UNIVERSITY OF ICELAND, ICELANDIC DENT J 2016; 34: 26-33

**Objective:** The main purpose of this study was to find out how common tobacco use is among ice hockey players in Iceland compared to players in different group sports in Iceland and ice hockey players in other countries. Even to find out how frequent use of mouth guard is among Icelandic ice hockey players to be able to see if they are used as a preventive protection against accidents of the oral cavity while playing the sport.

The research was conducted to answer the following questions; How frequently do ice hockey players in Iceland use smokeless tobacco? How common is the usage of a mouth guard among ice hockey players in Iceland?

**Material and methods:** This study was conducted using quantitative method where statistics were gathered to view opinions and behavior patterns. The results are displayed as texts, charts and graphics. The data was collected with questionnaires which the researcher brought to the teams and laid out for them to answer. The players who participated were the players who showed up for practice that day.

**Results:** In total 146 participants out of 148 responded to the questionnaire, a response ratio of 98,6%. The main results of this research show that 36% of Icelandic ice hockey players use tobacco and only 27% of them use mouth guard while training and competing in ice hockey.

**Conclusion:** Up to 40% of Icelandic senior ice hockey players, men and women, use tobacco continually. Most of the consumption is smokeless tobacco and in big quantities. Use of mouth guard during training or competing ice hockey is not common amongst Icelandic ice hockey players.

Keywords: Tobacco use, mouth guard, ice hockey, Iceland.

Correspondence: ef@hi.is